

REPRESENTASI NILAI-NILAI KEISLAMAN SEBAGAI WUJUD PENERAPAN KONSEP PEMIKIRAN DALAM BUKU DIGITAL FILOSOFI TERAS KARYA HENRY MANAMPIRING

Ahmad Faisal Zam Ani

UIN Sunan Ampel Surabaya

faisalzamani123@gmail.com

Intan Nur Fauziah Saputri

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

intannurfauziah2@gmail.com

Corresponding Autor: Ahmad Faisal Zam Ani

Article History: Submitted: June, 08, 2024; Revised: June, 09, 2024; Published: June, 11, 2024.

Abstrak: Buku digital filosofi teras karya Henry manampiring berisikan filsafat Yunani-Romawi kuno yang mengajarkan tentang cara mengendalikan pikiran sebagai bentuk dukungan dari pengontrolan jiwa dan emosi seseorang, sehingga banyak diminati dan dibaca di berbagai kalangan, terlebih dalam versi buku digital. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui representasi nilai-nilai keislaman sebagai wujud penerapan konsep pemikiran dalam buku digital Filosofi Teras Karya Henry Manampiring. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik studi pustaka, simak dan catat. Studi pustaka melibatkan pemanfaatan sumber-sumber tertulis sebagai basis pengumpulan data. Metode simak dan catat menunjukkan peran peneliti sebagai instrumen utama untuk mengamati dan mencatat informasi yang relevan secara cermat, sistematis, dan terarah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa di dalam buku digital filosofi teras karya Henry manampiring mengandung nilai-nilai religi salah satunya yakni seseorang diharapkan mampu memiliki sikap positive thinking dalam setiap melakukan sesuatu, dengan menggunakan konsep pemikiran “STAR” (*Stop-Think-Asses-Respond*). Setelah itu, diimplementasikan di dalam hadist mengenai khusnudzon kepada diri sendiri. Hasil penelitian ini semoga dapat memberikan wawasan kepada pembaca dengan menggabungkan konsep filsafat Yunani kuno ke dalam konsep pengembangan nilai-nilai keislaman guna menghadapi persoalan kehidupan.

Kata Kunci: Nilai Islam, konsep pemikiran, buku digital

Pendahuluan

Perkembangan teknologi saat ini memiliki dampak yang signifikan dalam representasi berbagai hal, termasuk dalam nilai-nilai keislaman.¹ Aksesnya yang tak terbatas membuat berbagai macam aplikasi dapat dijangkau cukup melalui telepon genggam. Maraknya teknologi menjadikan berbagai aplikasi bahkan website memenuhi kebutuhan seseorang khususnya dibidang literasi. Berbagai aplikasi pendukung seperti buku digital, perpustakaan digital dan sebagainya, yang mampu diakses diberbagai kalangan.²

Namun di sisi lain, adanya kemudahan dalam mengakses teknologi ternyata menjadi tantangan besar, terlebih dalam memberikan pengajaran nilai-nilai keislaman di kalangan generasi saat ini.³ Berbagai upaya guna memberikan pengajaran nilai Islam sudah diimplementasikan namun masih terdapat beberapa hambatan untuk diterima oleh generasi saat ini, Kecuali implementasi nilai-nilai keislaman tersebut diiringi dengan tingkat kemenarikan bagi seseorang. Seperti adanya buku filosofi teras karya Henry Manampiring yang berhasil, menarik perhatian masyarakat sekitar. Bahkan buku tersebut di baca dan dinikmati di berbagai kalangan muda khususnya dalam buku versi digital.⁴

Awalnya, buku ini hanyalah buku filsafat kuno yang berisi tentang cara pengendalian diri seseorang melalui konsep *STAR (Stop-Think-Asses-Respond)* namun pada intinya pengajaran bagi setiap individu untuk memiliki pola pikir yang positif.⁵ Pola pikir tersebut ternyata selaras dalam hadist yang menjadi pedoman umat islam. sehingga penulis mengemas nilai-nilai keislaman melalui buku filosofi teras karya Henry Manampiring. Karena sikap yang di ajarkan dalam agama Islam yang tertuang dalam hadist yakni untuk memiliki pola pikir khusnudzon kepada diri sendiri maupun orang lain.⁶

Penyebaran konsep pemikiran dalam buku tersebut juga dapat diakomodasi dalam penyebaran nilai-nilai Islam yang penting dan positif. Hal ini didukung dengan konsep yang ada di dalam buku filosofi teras yang kemudian diselaraskan di dalam hadist. Misalnya perintah untuk pantang menyerah dalam menyelesaikan permasalahan serta bersikap khusudzon atas apa yang terjadi. Sehingga dengan adanya representasi nilai-nilai keislaman dalam buku filosofi teras perlu di jadikan sebagai pedoman pengajaran dalam kehidupan sehari-hari

Konsep representasi pemikiran buku filosofi teras ini dilatarbelakangi karena pada saat ini berbagai permasalahan hidup yang menimpa setiap individu pasti ada, hingga menyebabkan seseorang terlibat ke dalam tindak kriminal, penurunan tingkat kesehatan, dan juga terjadinya

¹ Moch Tolchah and Muhammad Arfan Mu'ammam, "Islamic-Education-in-the-Globalization-Era-Challenges-Opportunities-and-Contribution-of-Islamic-Education-in-IndonesiaHumanities-and-Social-Sciences-Reviews.Pdf," *Journal Humanities & Social Sciences Reviews* 7, no. 4 (2019): 1031–1037.

² Budi Halomoan Siregar et al., "Development of Digital Book in Enhancing Students' Higher-Order Thinking Skill," *Journal of Physics: Conference Series* 1819, no. 1 (2021).

³ Ijah Bahijah et al., "WASATHIYAH ISLAM DI ERA DISRUPSI DIGITAL (Pendidikan Nilai-Nilai Wasathiyah Islam Dalam Bersosial Media Di Kalangan Generasi Milenial Dan Generasi Z)," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 15–26.

⁴ Rindiyani Pangestuti, "Studi Komparasi : Konsep Kebahagiaan Di Era Digital," *Ta'diban: Journal of Islamic Education e* 3, no. 2 (2023): 19–31.

⁵ Henry Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*, Buku Kompas (Jakarta: Buku Kompas, 2019).

⁶ Desra Nita Tampubolon, "Analisis Interpretasi Filsafat Stoisisme Pada Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring Dan Relevansinya Dengan Nilai-Nilai," *GARUDA: Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan dan Filsafat* 1, no. 2 (2023): 179–190.

perubahan mental seseorang.⁷ Sehingga diperlukan adanya upaya khusus untuk mengubah pola pemikiran (*Mindset*) setiap individu dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang ada.

Penelitian yang dilakukan oleh Dinnela Irawati menunjukkan adanya pengendalian diri manusia setidaknya dapat dipahami dari dua kacamata yang berbeda, yakni berasal dari sudut pandang Filsafat Stoisisme dan Psikologi Sufi (Tasawuf), sehingga menjadi langkah awal menuju kebahagiaan dan menuju hidup yang sebaik-baiknya untuk beribadah kepada Tuhan.⁸ Selaras dengan Penelitian Maulida Ilhami dan Ganjar Eka Subakti yang menunjukkan adanya hubungan dan keselarasan antara nilai-nilai yang terkandung dalam filosofi Stoisisme dengan ajaran Islam, meskipun keduanya berakar pada prinsip-prinsip yang berbeda.⁹

Farrah Ananta Erva Zabryna dan Irzum Fariha dalam penelitiannya mengatakan bahwa konteks kehidupan sosial dan keagamaan, Generasi Z menunjukkan kemampuan untuk bertindak secara bijaksana dengan mengedepankan pemikiran rasional dan mengelola emosi secara efektif. Mereka juga cenderung membiasakan diri dengan praktik spiritual, baik secara individu maupun berkelompok, yang berkontribusi pada peningkatan kesadaran religius melalui pengendalian diri terhadap munculnya emosi negatif.¹⁰ Cut Puja Kasma Dkk mengatakan bahwa kemampuan untuk mengatur perilaku secara mandiri merupakan aspek fundamental dari pengendalian diri. Filsafat Stoik mengajarkan pentingnya pengendalian diri serta pengelolaan proses biologis, psikologis, dan perilaku individu.¹¹ Sehingga diperoleh data dari kebanyakan penelitian terdahulu difokuskan mengenai konsep kebahagiaan, analisis filsafat Stoisme dalam kesehatan mental, dan juga analisis filsafat Stoisme di era digital yang ada di dalam buku filosofi teras.

Dengan demikian penulis menuangkan nilai-nilai keislaman dengan menyamakan konsep pemikiran yang ada di dalam buku digital filosofi teras, karena sebelumnya masih belum terdapat penelitian yang membahas konsep pemikiran Hanrry Manampiring yang diseleraskan pada nilai-nilai keislaman. Akan tetapi, terdapat salah satu konsep pemikiran dari penelitian terdahulu yang sama membahas terkait keagamaan hanya saja, dikemas kedalam konsepsi pengendalian diri dalam perspektif psikologi sufi dan filsafat Stoisisme, melainkan bukan pada nilai-nilai keislaman.¹²

Terdapat keunikan dalam penelitian ini dibandingkan pada penelitian sebelumnya yang hanya membahas terkait bidang sains, teknologi, dan psikologi. Pada penelitian ini penulis memfokuskan pembahasan terkait konsep pemikiran Hanrry Manampiring ke dalam bidang agama islam dan memberikan gambaran terkait konsep pemikiran yang ada di dalam buku filosofi teras, dengan menggambarkan secara kompleks terhadap pengajaran pengetahuan Islam, yang ada di dalam Al-Qur'an maupun hadist. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji tentang representasi nilai-nilai keislaman sebagai wujud penerapan konsep pemikiran dalam buku digital Filosofi Teras Karya Henry Manampiring. Hasil penelitian ini semoga dapat memberikan wawasan kepada pembaca

⁷ Cut Puja Kasma, Hasyimsyah Nasution, and Abrar M. Dawud Faza, "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)," *Tsaqofah* 3, no. 5 (2023): 1002–1010.

⁸ Dinella Irawati Fajrin, Hasan Mud'is, and Yulianti Yulianti, "Konsepsi Pengendalian Diri Dalam Perspektif Psikologi Sufi Dan Filsafat Stoisisme: Studi Komparatif Dalam Buku Karya Robert Frager Dan Henry Manampiring," *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (2022): 162–180.

⁹ Maulida Ilhami Zuhruful Ilmi and Ganjar Eka Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring," *Cakrawala: Jurnal Studi Islam* 18, no. 1 (2023): 39–48.

¹⁰ Farrah Ananta Erva Zabryna and Irzum Farihah, "The Relevance of Stoicism Philosophy To the Social and Religious Life of Generation Z," *Kanz Philosophia: A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism* 10, no. 1 (2024): 79–94.

¹¹ Kasma, Nasution, and Faza, "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)."

¹² Ilmi and Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring."

dengan menggabungkan konsep filsafat Yunani kuno ke dalam konsep pengembangan nilai-nilai keislaman guna menghadapi persoalan kehidupan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono, penelitian deskriptif kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan menghasilkan data yang bersifat deskriptif dan mendalam, dengan fokus utama pada pemaknaan hasil penelitian.¹³ Dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama dan analisis data bersifat induktif atau kualitatif.

Berdasarkan metode deskriptif tersebut, penelitian ini berfokus untuk mendeskripsikan konsep pemikiran dalam buku digital *Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*. Peneliti menganalisis representasi nilai-nilai keislaman dan konsep pemikiran yang tercermin dalam buku tersebut. Subjek penelitian adalah buku digital *Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*, sedangkan objek penelitian adalah representasi nilai-nilai keislaman dan konsep pemikiran buku digital *Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari buku digital *Filosofi Teras Karya Henry Manampiring* sebagai sumber utama penelitian.¹⁴ Sementara itu, data sekunder berasal dari berbagai sumber pendukung lain yang relevan untuk mendukung hasil penelitian ini.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui studi pustaka, simak, dan catat.¹⁵ Studi pustaka melibatkan penggunaan sumber-sumber tertulis untuk mendapatkan data, sementara simak dan catat menunjukkan peran peneliti sebagai instrumen utama. Peneliti secara cermat, sistematis, dan terarah mengamati sumber data yang relevan dengan berpedoman pada panduan analisis yang telah dirancang sebelumnya. Dalam studi pustaka, simak, dan catat diterapkan dengan membaca secara menyeluruh pada buku digital *Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*. Peneliti kemudian melakukan pengamatan mendalam dan teliti terhadap buku tersebut untuk memperoleh data yang relevan, serta mencatat hasil analisis teks menggunakan instrumen pencatatan yang sesuai.

Nilai-Nilai Keislaman

Nilai-nilai keislaman merupakan prinsip hidup manusia yang berlandaskan kepada nilai-nilai Islami untuk ditanamkan dan diwujudkan dengan tujuan mentransfer ajaran agama Islam agar mampu dihayati dan diamalkan secara optimal dalam kehidupan bermasyarakat. Fokus utama dari nilai-nilai tersebut adalah membentuk pribadi muslim yang memiliki moralitas (akhlak) sebagai dasar perilaku yang lebih relevan dan kontekstual.¹⁶ Dengan kata lain, sistem nilai yang menjadi pedoman masyarakat dalam berperilaku, baik secara lahiriah maupun batiniah, adalah nilai-nilai moralitas yang bersumber dari ajaran Islam.

Ilmu Agama Islam memiliki keterkaitan yang mendalam dengan ajaran Islam yang dijelaskan melalui berbagai cabang ilmu keislaman. Sebagai ajaran yang sempurna dan bersifat penyempurna, Islam mencakup berbagai aspek kehidupan, sehingga objek kajiannya pun mencakup seluruh dimensi yang terkandung dalam ajaran tersebut.¹⁷ Dasar ajaran Islam bersumber dari Al-Qur'an dan

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, Kesembilan (Bandung: Alfabeta, 2004).

¹⁴ Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*.

¹⁵ Lexy J. Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Rakesrain, 1997).

¹⁶ Nîmatus Sholihah, M. Yusuf, and Kusaeri, "Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman," *MUADDIB: Studi Kependidikan dan Keislaman* 13, no. 1 (2023): 16, <https://journal.umpo.ac.id/index.php/muaddib>.

¹⁷ Abd. Basyid and M. Yusuf, "Konstruksi Pemahaman Jamaah Majelis Zikir Al-Khidmah Terhadap Sakralitas Banyu Manaqib," *Dialogia* 18, no. 2 (2020): 328–354.

Hadis, yang menjadi pedoman utama. Di samping itu, akal pikiran juga berperan sebagai salah satu sumber ajaran Islam yang ketiga. Melalui proses ijtihad, individu yang memenuhi syarat dapat mengembangkan elemen-elemen utama agama Islam, yakni akidah, syariah, dan akhlak.¹⁸

Aqidah merupakan aspek pendidikan keimanan yang mencakup dimensi ideologis atau keyakinan dalam Islam. Dengan kata lain, aqidah menggambarkan tingkatan keimanan seorang Muslim terhadap kebenaran ajaran Islam, terutama terkait dengan prinsip-prinsip pokok keimanan. Dalam perspektif Islam, keberadaan aqidah saja tidak memadai sehingga seorang Muslim tidak cukup hanya meyakini keberadaan Allah, tetapi juga harus mengimani kekuasaan dan keagungan-Nya secara utuh.

Syariah diartikan sebagai jalan yang lurus menuju sumber kehidupan yang hakiki, yakni Allah SWT. Sebagai sumber utama keberadaan manusia, Allah SWT menetapkan syariah sebagai pedoman yang harus diikuti untuk mencapai-Nya. Dalam Islam, syariah menjadi rute kehidupan yang wajib dilalui oleh setiap Muslim, karena syariah berfungsi sebagai hukum ilahi yang mengatur seluruh aspek kehidupan manusia. Syariah tidak hanya mencakup aspek spiritual, tetapi juga sosial, ekonomi, dan ekologi, sehingga menciptakan keseimbangan antara tanggung jawab manusia kepada Allah dan tanggung jawab terhadap makhluk lain serta lingkungan.

Akhlak dapat dipahami sebagai kajian mengenai konsep ihsan. Ihsan merujuk pada pemahaman mendalam tentang keberadaan Tuhan dalam kehidupan, yaitu kesadaran batin seseorang bahwa ia sedang menghadap dan berada di hadapan Tuhan saat beribadah. Selain itu, ihsan juga dipandang sebagai suatu proses pendidikan atau latihan untuk mencapai kesempurnaan dalam menjalankan ajaran Islam secara menyeluruh (kaffah). Dalam hal ini, ihsan menjadi puncak tertinggi dalam perjalanan spiritual seorang Muslim. Pencapaian ihsan ini hanya dapat diraih setelah melalui dua tahap sebelumnya, yaitu iman dan Islam. Individu yang mencapai tingkat ihsan ini dikenal sebagai muhsin.¹⁹

Nilai-nilai keislaman yang esensial dan dapat menjadi panduan bagi kehidupan sehari-hari manusia, terutama Tauhid atau keyakinan pada keesaan Allah SWT, merupakan fondasi utama dalam ajaran Islam.²⁰ Dengan pembekalan nilai-nilai keislaman, manusia memiliki kesempatan untuk berkembang menjadi pemimpin yang unggul di masa depan. Manusia diharapkan mampu menjalankan kepemimpinan berdasarkan prinsip-prinsip Islam yang menitikberatkan pada keadilan, kebijaksanaan, dan kepedulian terhadap sesama.

Selayang Pandang Buku Digital *Filosofi Teras* Karya Henry Manampiring

Henry Manampiring, dalam bukunya *Filosofi Teras*, mengangkat konsep Stoisisme sebagai panduan hidup yang dapat diterapkan dalam konteks budaya Indonesia. Stoisisme sendiri adalah aliran filsafat yang berkembang pada abad ke-3 SM di Yunani, yang menekankan pengendalian diri, kebajikan, dan penerimaan terhadap takdir.²¹ Manampiring memodifikasi ajaran-ajaran Stoisisme ini agar lebih relevan dengan kehidupan modern, khususnya dalam masyarakat Indonesia.

¹⁸ Niken Ristianih, "Internalisasi Nilai-Nilai Keislaman Perspektif Sosial Kemasyarakatan," *Drajat: Jurnal PAI* 3, no. 1 (2020): 1–13.

¹⁹ Erkhani Maskuri, Dina Alfianti -Muhammad', and Ashif Al-Firdaus, "Implementasi Nilai-Nilai Keislaman Dalam Tradisi Asrah Batin," *Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 6, no. 4 (2023): 2599–2473, <https://doi.org/10.31538/almada.v6i4.3245>.

²⁰ Mardiah Astuti et al., "Perkembangan Hasil Pembelajaran Dan Psikologi Anak Di MI Al-Awwal Palembang," *Indo-MathEdu Intellectuals Journal* 3, no. 2 (2022): 67–76.

²¹ Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*.

Filsafat Stoisisme muncul sekitar 2.300 tahun yang lalu, tepatnya pada abad ke-3 SM. Filsafat ini pertama kali diperkenalkan oleh Zeno, seorang pedagang kaya asal Siprus. Saat melakukan perjalanan dari Phoenicia menuju Peiraeus untuk berdagang, kapal yang ditumpangi Zeno tenggelam, menyebabkan hilangnya semua barang dagangannya yang berharga dan membuatnya terdampar di Athena.²² Di Athena, Zeno mengunjungi sebuah toko buku dan menemukan buku filsafat yang memicu ketertarikannya. Ia kemudian mempelajari ajaran filsafat tersebut dari berbagai filsuf pada zamannya. Setelah memperoleh pengetahuan dari mereka, Zeno mulai mengajarkan filosofi yang dikembangkannya sendiri, yang ia ajarkan di sebuah teras berpilar yang dikenal dalam bahasa Yunani sebagai "stoa." Pengikut-pengikutnya kemudian dikenal dengan sebutan "kaum Stoa." Henry Manampiring dalam bukunya menggunakan istilah "Filosofi Teras," yang merupakan terjemahan langsung dari kata "stoa."²³

Stoisisme memiliki dua tujuan utama yakni mencapai kehidupan yang damai melalui pengendalian emosi negatif dan mengembangkan empat kebajikan (*virtue*). Menurut pandangan Stoik, pengendalian emosi negatif adalah kunci untuk menciptakan ketenangan hidup. Kedamaian hanya bisa tercapai jika seseorang fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan.²⁴ Empat kebajikan utama dalam Stoisisme adalah: kebijaksanaan (*wisdom*), yang diartikan sebagai kemampuan untuk mengambil keputusan terbaik dalam berbagai situasi; keadilan (*justice*), yaitu kemampuan untuk memperlakukan orang lain secara jujur dan adil; keberanian (*courage*), yang mencakup keberanian untuk berpegang pada prinsip dan melakukan tindakan yang benar; dan pengendalian diri (*temperance*), yaitu kemampuan untuk mengendalikan emosi dan hawa nafsu.²⁵

Implementasi kedua tujuan tersebut akan menghasilkan kehidupan yang damai dan jiwa yang tangguh. Meskipun merupakan sebuah filsafat, Stoisisme lebih bersifat praktis dan bukan sekadar konsep abstrak.²⁶ Hal ini menjadikan Stoisisme sering diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Stoisisme berlandaskan pada rasio, sehingga seorang Stoik digambarkan sebagai individu dengan pikiran yang tenang.²⁷ Filsafat ini tidak memiliki aturan baku dan dapat disesuaikan dengan kondisi yang ada. Stoisisme juga bersifat inklusif, memungkinkan semua orang, tanpa memandang status sosial, agama, atau kekayaan, untuk mengaplikasikannya. Berbeda dengan filsafat lainnya yang mungkin sulit dipahami oleh orang awam, Stoisisme justru menyajikan ajaran yang mudah dimengerti, dan memiliki hubungan yang kuat dengan nilai-nilai kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, Stoisisme kembali mendapatkan popularitas pada abad ke-21.

²² Ilmi and Subakti, "Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring."

²³ Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*.

²⁴ Remegises Danial Yohanis Pandie, "Filsafat Stoisisme Dalam Perspektif Iman Orang Kristen," *PASCA: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 19, no. 1 (2023): 44–58.

²⁵ Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*.

²⁶ Camila Pilotto Figueiredo, "As Técnicas de Si No Estoicismo Romano / Technologies of the Self in Roman Stoicism," *Brazilian Journal of Development* 8, no. 7 (2022): 50305–50321.

²⁷ Amy Connery, Andrea E. Cavanna, and Ross Coleman, "Can Stoicism Inspire Stuttering Intervention? The Clinical Usefulness of an Ancient Philosophy," *International Journal of Language and Communication Disorders* 58, no. 3 (2023): 977–987.

Representasi Nilai-Nilai Keislaman sebagai Wujud Penerapan Konsep Pemikiran dalam Buku Digital Filosofi Teras Karya Henry Manampiring

Nilai-nilai keislaman dalam ajaran Islam merupakan upaya untuk memberikan pembekalan terkait wawasan keagamaan.²⁸ Hal ini kemudian diimplementasikan ke dalam kehidupan sehari-hari. Pada era yang serba digital saat ini, berbagai macam cara dilakukan untuk memudahkan aktivitas manusia. Adanya pengembangan nilai-nilai keislaman diperlukan guna menarik perhatian masyarakat agar mau menerima nilai-nilai ini dengan mudah, terlebih melalui teknologi sebagai media untuk mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai aplikasi maupun situs web menjadi inovasi untuk menyampaikan nilai-nilai keislaman secara menarik dan mudah.²⁹ Oleh karena itu, pengembangan nilai-nilai keislaman sangat diperlukan untuk meningkatkan wawasan keislaman masyarakat.

Pengembangan nilai-nilai keislaman dilakukan melalui berbagai representasi, di mana proses tersebut melibatkan keadaan tertentu dan memiliki makna yang relevan.³⁰ Dengan demikian, diperlukan jembatan untuk menjadikan nilai-nilai keislaman menarik dan diminati oleh berbagai kalangan masyarakat, khususnya generasi muda. Sebagai contoh, buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring yang diterbitkan pada tahun 2018 adalah representasi filsafat Stoisisme yang dikemas secara praktis.³¹ Model semacam ini bisa menjadi inspirasi untuk mengemas nilai-nilai keislaman agar relevan dengan perkembangan zaman.

Buku Filosofi Teras hadir guna membantu seseorang dalam mengatasi permasalahan hidup serta membantu para pembacanya yang sering mengalami depresi dengan menerapkan konsep “S-T-A-R” (*Stop, Think and Asses, Respond*). Adanya buku Filosofi Teras tidak menjanjikan seseorang untuk menghilangkan kesulitan dan tantangan hidup, akan tetapi memberikan penawaran untuk mengubah pola pikir seseorang agar mau berpikir secara positif dan menyeluruh atas apa yang dialami, agar tidak sampai mengalami tekanan batin ataupun perubahan kondisi psikologis seseorang.

Dikotomi kendali adalah pola pikir STAR yang menjelaskan bahwa: pertama, konsep *stop* artinya ketika emosi negative muncul, kita diminta untuk tidak mengikuti situasi dan berhenti untuk fokus pada hal tersebut. Seperti mencegah terjadinya stress, suriga, frustrasi, sedih, marah, dan benci. Kedua, *think and asses* yang artinya dipikirkan dan dinilai, setelah mendingkan emosi negative dalam diri seseorang diminta berusaha tenang. Agar dapat berpikir secara rasional. Dan yang terakhir, adalah *respond* yaitu mengambil suatu tindakan yang akan kita lakukan dengan mengedepankan prinsip bijak, adil, dan rasional.³²

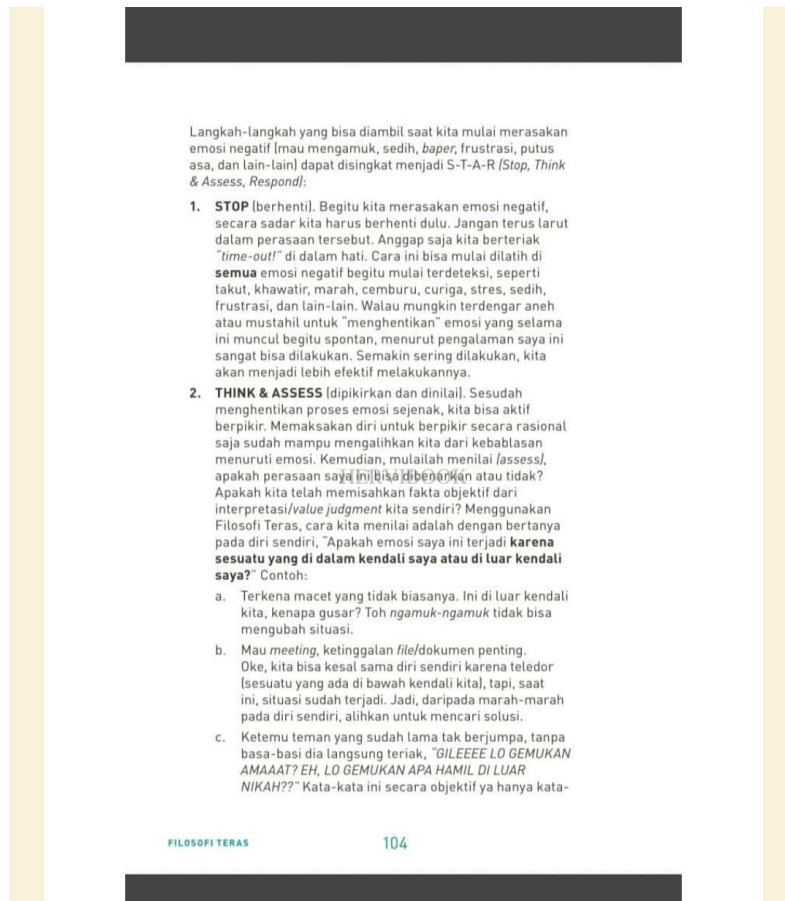
²⁸ Ahmad Rafiki and Kalsom Abdul Wahab, “Islamic Values and Principles in the Organization: A Review of Literature,” *Asian Social Science* 10, no. 9 (2014): 1–7.

²⁹ Meilisa Ani Nurhayati et al., “Islam Dan Tantangan Dalam Era Digital: Mengembangkan Koneksi Spiritual Dalam Dunia Maya,” *Al-Anfa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman* 5, no. 1 (2023): 1–27.

³⁰ Yuangga Kurnia Yahya, Syamsul Hadi Untung, and Indra Ari Fajari, “Da’wah Di Youtube: Upaya Representasi Nilai Islam Oleh Para Content-Creator,” *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)* 20, no. 1 (2020): 1–22.

³¹ Manampiring, *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tanggung Masa Kini*.

³² Ach Maimun and Zahrotul Jannah, “Student Verbal Aggression Henry Manampiring’s Self-Control Perspective,” *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam* 13, no. 01 (2022): 70–82.



Gambar 1. Konsep STAR dalam Buku Filosofi Teras

Adanya konsep pola pikir yang menarik akhirnya buku filosofi teras berhasil menjadi buku yang banyak dibaca dan dinikmati di berbagai kalangan, khususnya versi buku digitalnya. Sebuah buku yang di latar belakang, karena penulis dulunya dikenal sebagai pribadi yang memiliki "*negative thinking*" dalam menghadapi persoalan hidup. Berbagai persoalan menimpa kehidupannya hingga pada akhirnya dia berada di titik lemah dan menguasai seluruh pikirannya, sampai pada akhirnya Hanrry Manampiring pergi ke psikiater untuk mengetahui kondisinya. Namun pada saat itu beliau shock setelah mengetahui bahwa dirinya menderita "*Major Depressive Disorder*" atau yang kita sebut sebagai depresi.³³ Melalui hal itu pada akhirnya Hanrry memutuskan untuk membuat sebuah karya untuk mengendalikan pikiran dan emosinya serta berusaha untuk menerapkan pemikiran positif (*Positive Thinking*).

³³ Tampubolon, "Analisis Interpretasi Filsafat Stoisisme Pada Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring Dan Relevansinya Dengan Nilai-Nilai."



Gambar 2. Alasan Hanrry Manampiring Menulis Buku Filosofi Teras

Buku filosofi teras ini mengajarkan kepada pembacanya untuk menjadi pribadi yang tangguh dalam menghadapi persoalan hidup, pantang menyerah, tidak berpikir negatif, bahkan berusaha bahwa hidup serumit apapun pasti akan ada jalan keluarnya.³⁴ Dan hal yang paling penting dalam buku filosofi teras ini memberikan pengajaran kepada kita untuk selalu hidup selaras dengan alam. Karena sebenarnya prinsip dalam filosofi teras membantu kita agar tidak mudah khawatir tentang kehidupan baik di masa lalu ataupun dimasa yang akan datang.³⁵ Apapun yang sudah terjadi akan menjadi pengajaran sekaligus pelajaran terbesar dalam hidup. Bahkan mengajarkan kita menjadi pribadi tangguh dengan cara mencari ketenangan dalam hidup.

Adanya pola pikir seseorang dapat mempengaruhi dan mengubah perilaku maupun sifat seseorang dalam menghadapi situasi dalam hidup. Dengan kata lain, bahwa pola pikir setiap individu mampu digunakan untuk mempengaruhi pikiran dan mengendalikan seseorang dalam menyelesaikan berbagai tantangan kehidupan.³⁶ Adanya mindset tersebut ternyata dijelaskan di dalam buku filosofi teras, dimana setiap individu di haruskan untuk selalu berkeyakinan kuat bahwa setiap persoalan hidup akan ada jalan keluarnya, tidak hanya itu di dalam buku tersebut mengajarkan

³⁴ Maimun and Jannah, “Student Verbal Aggression Henry Manampiring’s Self-Control Perspective.”

³⁵ Achmad Syarifuddin, Hartika Utami Firtri, and Ayu Mayasari, “Konsep Stoisisme Untuk Mengatasi Emosi Negatif Menurut Henry Manampiring,” *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 3, no. 2 (2021): 99–104.

³⁶ Zuraidah Faradiana and Ali Syahidin Mubarak, “Hubungan Antara Pola Pikir Negatif Dengan Kecemasan Dalam Membina Hubungan Lawan Jenis Pada Dewasa Awal,” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 13, no. 1 (2022): 71–81.

bahwasanya setiap individu di didik untuk memiliki sikap Positive Thinking dengan menjauhi Negative Thinking.

Setelah mengenal pola pikir yang terdapat di dalam buku filosofi teras tersebut, ternyata terdapat juga pola pikir yang dikembangkan dari pemuka agama terkait sikap berprasangka (perasaan) yang sama halnya dengan think.³⁷ Prasangka tersebut menjadi sebuah alasan bagi setiap manusia untuk mempengaruhi dirinya sendiri, orang lain, bahkan kepada Tuhannya. Namun pada hakikatnya prasangka sendiri terbagi menjadi dua, yang pertama prasangka baik (Khusdzon) dan yang kedua prasangka buruk (Seudzon). Prasangka ada dikarenakan sikap manusia ada yang selalu memiliki konsep pemikiran dalam dirinya baik secara baik ataupun buruk. Maka dari itu konsep pemikiran yang tercipta dengan hal yang baik agar mewujudkan suatu prasangka yang baik. Di dalam hadist juga dijelaskan bahwasanya setiap segala sesuatu akan kembali sesuai dengan prasangka, jadi apabila seorang hamba memiliki prasangka baik maka akan terwujud begitupun sebaliknya.

Pengajaran nilai-nilai Islam melalui representasi buku filosofi teras ini sebenarnya mengkonsepkan kembali arti dalam suatu hadist ke dalam bentuk sudut pandang ilmu sains dari suatu pola pikir positive thinking yang kemudian di samakan dengan konsep hadist Khusdzon. Hal ini dinyatakan dalam Hadist yang diriwayatkan oleh Imam Muslim yang berbunyi:

لا يَمُوتَنَّ أَحَدُكُمْ إِلَّا وَهُوَ يُحْسِنُ بِاللَّهِ الظَّنَّ (رواه مسلم، رقم 2877)

“Janganlah seseorang di antara kalian meninggal dunia, kecuali dalam keadaan berbaik sangka kepada Allah” (H.R Muslim).

Dan juga salah satunya hadist yang ditegaskan dalam hadits yang diriwayatkan dari Abu Hurairah, bahwa Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi wa Sallam bersabda:

قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَأٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شَبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً.

“Allah Ta’ala berfirman, “Sesungguhnya Aku berdasarkan pada prasangka hamba-Ku kepada-Ku. Aku akan selalu bersamanya jika ia mengingat-Ku. Jika ia mengingat-Ku dalam hatinya, maka Aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika ia berdzikir mengingat-Ku dalam suatu jama’ah, maka Aku akan sebut-sebut dia dalam jama’ah yang lebih baik dari mereka. Jika ia mendekati-Ku sejengkal, maka Aku akan mendekatinya sehasta. Jika ia mendekati-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Apabila ia mendekati-Ku dengan berjalan, maka Aku akan mendekatinya dengan jalan cepat.” (HR. Al-Bukhari).

Dalam tafsiran hadist tersebut menjelaskan bahwasanya adanya kekuatan khusnudzon (berbaik sangka) kepada Allah dan kepada siapapun, dia akan mencapai segala sesuatu sesuai dengan prasangkanya dari sini adanya “khusnudzon” ini sudah pertama kali diperkenalkan dalam agama, akan tetapi kali ini di dalam filsafat kuno yang dituangkan didalam buku teras mengajarkan kepada setiap individu untuk memiliki pola pikir “*positif thinking*” guna menjalankan kehidupan yang lebih baik. Karena sebaik-baiknya orang yang berkhusnudzon (berbaik sangka) dia akan mampu melakukan sesuatu yang lebih dari sekedar batasnya saat ini. Sementara orang yang suudzhon

³⁷ Ayu Miranda Limbong and Masduki Asbari, “Filosofi Teras Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini,” *International Journal of Physiology* 6, no. 1 (2018): 2018.

(berburuk sangka) akan cenderung memiliki banyak alasan dalam melakukan sesuatu, disebabkan oleh pengaruh pikiran negatifnya.³⁸

Pada dasarnya buku dengan judul *filosofi teras* bersifat komprehensif, praktis, integrative dan sistematis dalam menyajikan konsep pemikiran. Dan ketika dikolerasikan dengan nilai-nilai keislaman mengenai khusnudzon akan memberikan gambaran bahwa dengan pola pikir yang baik akan berpengaruh positif. Serta pola pikir baik mampu menghilangkan emosi-emosi negative dalam diri seseorang.³⁹ Hal ini apabila diterapkan dalam kehidupan sehari-hari khususnya berkaitan antara bidang psikologi dan agama sangat relevan dikaitkan dengan zaman sekarang. Karena bagaimanapun adanya keterkaitan antara konsep pemikiran buku *filosofi teras* mampu dijadikan sebagai rujukan sains ke dalam bidang agama sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan. Sehingga seseorang dapat mengetahui nilai-nilai keislaman serta tercapainya penurunan permasalahan hidup dalam perspektif sains maupun agama.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring menjelaskan filsafat Stoisisme yang memiliki potensi besar untuk merepresentasikan dan mengintegrasikan nilai-nilai keislaman. Konsep-konsep Stoisisme, seperti pengendalian diri dan berpikir positif melalui pendekatan STAR (Stop, Think, Assess, Respond), memiliki keselarasan dengan ajaran Islam, khususnya terkait khusnudzon, tawakal, dan ikhlas. Melalui penyelarasan ini, buku *Filosofi Teras* tidak hanya memberikan wawasan tentang pengendalian emosi dan pengembangan diri, tetapi juga memperkaya pemahaman nilai-nilai keislaman di era digital. Buku ini dapat menjadi media yang relevan dan menarik untuk mendalami nilai-nilai keislaman sekaligus mengatasi berbagai persoalan kehidupan di era digital. Hasil penelitian ini semoga dapat memberikan wawasan kepada pembaca dengan menggabungkan konsep filsafat Yunani kuno ke dalam konsep pengembangan nilai-nilai keislaman guna mengahadapi persoalan kehidupan.

Daftar Pustaka

- Amanullah, Akhmad Syah Roni. "Mekanisme Pengendalian Emosi Dalam Bimbingan Dan Konseling." *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2022): 1–13.
- Astuti, Mardiah, Mutiyati Mutiyati, Ibrahim Ibrahim, Rahma Syafridatul Aini, Jihan Alfi, Amelia Amelia, and Shevia Indriani. "Perkembangan Hasil Pembelajaran Dan Psikologi Anak Di MI Al-Awwal Palembang." *Indo-MathEdu Intellectuals Journal* 3, no. 2 (2022): 67–76.
- Bahijah, Ijah, Sitti Nur Suraya Ishak, Nuniek Rahmatika, and Aghniawati Ahmad. "WASATHIYAH ISLAM DI ERA DISRUPSI DIGITAL (Pendidikan Nilai-Nilai Wasathiyah Islam Dalam Bersosial Media Di Kalangan Generasi Milenial Dan Generasi Z)." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 15–26.
- Basyid, Abd., and M. Yusuf. "Konstruksi Pemahaman Jamaah Majelis Zikir Al-Khidmah Terhadap Sakralitas Banyu Manaqib." *Dialogia* 18, no. 2 (2020): 328–354.
- Connery, Amy, Andrea E. Cavanna, and Ross Coleman. "Can Stoicism Inspire Stuttering Intervention? The Clinical Usefulness of an Ancient Philosophy." *International Journal of*

³⁸ Indah Elfariani, "Prasangka Dan Suudzon: Sebuah Analisa Komparatif Dari Perspektif Psikologi Barat Dan Psikologi Islam," *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)* 2, no. 1 (2021): 1.

³⁹ Akhmad Syah Roni Amanullah, "Mekanisme Pengendalian Emosi Dalam Bimbingan Dan Konseling" *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2022): 1–13.

- Language and Communication Disorders* 58, no. 3 (2023): 977–987.
- Elfariani, Indah. “Prasangka Dan Suudzon: Sebuah Analisa Komparatif Dari Perspektif Psikologi Barat Dan Psikologi Islam.” *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)* 2, no. 1 (2021): 1.
- Fajrin, Dinella Irawati, Hasan Mud’is, and Yulianti Yulianti. “Konsepsi Pengendalian Diri Dalam Perspektif Psikologi Sufi Dan Filsafat Stoisisme: Studi Komparatif Dalam Buku Karya Robert Frager Dan Henry Manampiring.” *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (2022): 162–180.
- Faradiana, Zuraidah, and Ali Syahidin Mubarak. “Hubungan Antara Pola Pikir Negatif Dengan Kecemasan Dalam Membina Hubungan Lawan Jenis Pada Dewasa Awal.” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 13, no. 1 (2022): 71–81.
- Figueiredo, Camila Pilotto. “As Técnicas de Si No Estoicismo Romano / Technologies of the Self in Roman Stoicism.” *Brazilian Journal of Development* 8, no. 7 (2022): 50305–50321.
- Ilmi, Maulida Ilhami Zuhruful, and Ganjar Eka Subakti. “Islam Dan Filsafat Stoisisme: Kajian Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring.” *Cakrawala: Jurnal Studi Islam* 18, no. 1 (2023): 39–48.
- Kasma, Cut Puja, Hasyimsyah Nasution, and Abrar M. Dawud Faza. “Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring).” *Tsaqofah* 3, no. 5 (2023): 1002–1010.
- Limbong, Ayu Miranda, and Masduki Asbari. “Filosofi Teras Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini.” *International Journal of Physiology* 6, no. 1 (2018): 2018.
- Maimun, Ach, and Zahrotul Jannah. “Student Verbal Aggression Henry Manampiring’s Self-Control Perspective.” *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam* 13, no. 01 (2022): 70–82.
- Manampiring, Henry. *Filsafat Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini. Buku Kompas*. Jakarta: Buku Kompas, 2019.
- Maskuri, Erkhani, Dina Alfianti -Muhammad’, and Ashif Al-Firdaus. “Implementasi Nilai-Nilai Keislaman Dalam Tradisi Asrah Batin.” *Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 6, no. 4 (2023): 2599–2473. <https://doi.org/10.31538/almada.v6i4.3245>.
- Moelong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rakesrain, 1997.
- Nurhayati, Meilisa Ani, Abidin Pandu Wirayudha, Ahmad Fahrezi, Dayintasya Ratih Pasama, and Aditia Muhammad Noor. “Islam Dan Tantangan Dalam Era Digital: Mengembangkan Koneksi Spiritual Dalam Dunia Maya.” *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman* 5, no. 1 (2023): 1–27.
- Pangestuti, Rindiyani. “Studi Komparasi : Konsep Kebahagiaan Di Era Digital.” *Ta’diban: Journal of Islamic Education e* 3, no. 2 (2023): 19–31.
- Rafiki, Ahmad, and Kalsom Abdul Wahab. “Islamic Values and Principles in the Organization: A Review of Literature.” *Asian Social Science* 10, no. 9 (2014): 1–7.
- Ristianih, Niken. “Internalisasi Nilai-Nilai Keislaman Perspektif Sosial Kemasyarakatan.” *Drajat: Jurnal PAI* 3, no. 1 (2020): 1–13.

- Sholihah, Ni'matus, M. Yusuf, and Kusaeri. "Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman." *MUADDIB: Studi Kependidikan dan Keislaman* 13, no. 1 (2023): 16. <https://journal.umpo.ac.id/index.php/muaddib>.
- Siregar, Budi Halomoan, Kairuddin, Abil Mansyur, and Nurhasanah Siregar. "Development of Digital Book in Enhancing Students' Higher-Order Thinking Skill." *Journal of Physics: Conference Series* 1819, no. 1 (2021).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D, Kesembilan*. Bandung: Alfabeta, 2004.
- Syarifuddin, Achmad, Hartika Utami Firtri, and Ayu Mayasari. "Konsep Stoisisme Untuk Mengatasi Emosi Negatif Menurut Henry Manampiring." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 3, no. 2 (2021): 99–104.
- Tampubolon, Desra Nita. "Analisis Interpretasi Filsafat Stoisisme Pada Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring Dan Relevansinya Dengan Nilai-Nilai." *GARUDA: Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan dan Filsafat* 1, no. 2 (2023): 179–190.
- Tolchah, Moch, and Muhammad Arfan Mu'amar. "Islamic-Education-in-the-Globalization-Era-Challenges-Opportunities-and-Contribution-of-Islamic-Education-in-IndonesiaHumanities-and-Social-Sciences-Reviews.Pdf." *Journal Humanities & Social Sciences Reviews* 7, no. 4 (2019): 1031–1037.
- Yahya, Yuangga Kurnia, Syamsul Hadi Untung, and Indra Ari Fajari. "Da'wah Di Youtube: Upaya Representasi Nilai Islam Oleh Para Content-Creator." *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)* 20, no. 1 (2020): 1–22.
- Yohanis Pandie, Remegises Danial. "Filsafat Stoisisme Dalam Perspektif Iman Orang Kristen." *PASCA: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 19, no. 1 (2023): 44–58.
- Zabryna, Farrah Ananta Erva, and Irzum Farihah. "The Relevance of Stoicism Philosophy To the Social and Religious Life of Generation Z." *Kanz Philosophia: A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism* 10, no. 1 (2024): 79–94.

